

徐々に過ごしやすい季節になってきました。  
秋のひと時をゆっくり過ごしませんか？  
飲み物を準備してお待ちしています。  
ぜひ、お気軽にお越しください♪



# みどりカフェ OPEN



**日時 10月26日（水） 10：00～11：30**

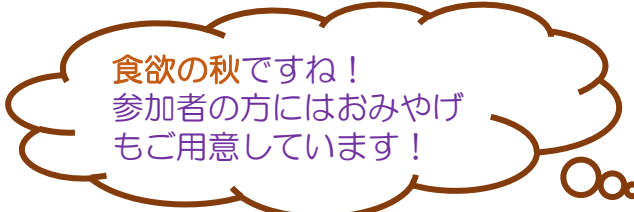
**場所 鶴嶺西コミュニティセンター1階**

その他 ★ 事前のお申し込みは不要です。

★ 感染症対策へのご協力をお願いします。

★ 情報資料コーナーがございます。

★ ご相談もお受けいたしますので、お気軽にお声かけください!



食欲の秋ですね！  
参加者の方にはおみやげ  
もご用意しています！

---★---★---同時開催---★---★---

管理栄養士による  
健康のための食事とレシピ講座

時間 10:45～11:15頃

－健康に良い食事って？  
－おかずにちょい足しの工夫  
でバランスの良い食生活を！



<連絡先>

鶴嶺西地区

地域包括支援センターみどり

TEL：0467-84-0775